

PCZ-Poddębice
UL. Mickiewicza 16 99-200 Poddębice

Symbol analizy: Dieta cukrzycowa 1.03

Jadłospis na dzień: 2024-03-05

Posiłek	Pozycja	Ilość
I śniadanie	szynka z indyka	45g
	sałata	20g
	pieczywo razowe	90g
	herbata	250g
	banan	160g
	pomidor	80g
	masło 82%	12,5g
	twarożek ze szczypiorkiem	80g
II śniadanie	wafelek ryżowy	12g
	sok warzywno-owocowy	330g
obiad	zupa brokułowa z zacierką	350g
	buraki gotowane	150g
	sos koperkowy	50g
	napój owocowy	250g
	ziemniaki z koperkiem	220g
	pulpet wieprzowo-wołowy gotowany	80g
	podwieczorek	pieczywo razowe
masło		10g
pomidor z jogurtem		200g
kolacja	kawa zbożowa z mlekiem	250g
	pieczywo razowe	130g
	masło 82%	12,5g
	kielbasa łopatkowa	40g
	serek śmietankowy	30g
	sałata	20g
	pomidor	80g

Zestawienie składników odżywczych

Alergeny:

Bułki grahamki, Bułki pszenne zwykłe, Chleb graham, Jaja kurze całe, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Makaron bezjajeczny, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Seler korzeniowy, Ser twarogowy półtłusty

Składnik	Jednostka	Zawartość w produktach
Energia (EER)	[kJ]	8 878,05
Energia (EER)	[kcal]	2 112,88
Białko ogółem	[g]	96,54
Tłuszcz	[g]	66,49
Węglowodany ogółem	[g]	292,42
Ogółem nasycone	[g]	38,46
Sacharoza	[g]	35,38
Błonnik pokarmowy	[g]	39,09
Sól	[g]	8,50